

Lebensgeschichte als Ressource

Wedekind, Erhard

Veröffentlichungsversion / Published Version

Zeitschriftenartikel / journal article

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Wedekind, E. (1996). Lebensgeschichte als Ressource. *Journal für Psychologie*, 4(4), 71-79. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-29279>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Deposit-Lizenz (Keine Weiterverbreitung - keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

Terms of use:

This document is made available under Deposit Licence (No Redistribution - no modifications). We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document. This document is solely intended for your personal, non-commercial use. All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

Lebensgeschichte als Ressource

Erhard Wedekind

Zusammenfassung

Jenseits des Schulenstreites zwischen systemischer Therapie und Psychoanalyse werden Möglichkeiten der Integration affekttheoretischer Ansätze in ein lösungsorientiertes systemisches Konzept skizziert. Dabei wird die Bedeutung der Bindungstheorie und der empirischen Säuglingsforschung unterstrichen. Thesenartige Überlegungen zur pragmatischen Umsetzung in der therapeutischen Arbeit schließen sich an.

1. LEBENSGESCHICHTLICHE ANEIGNUNG UND LÖSUNGSORIENTIERTE PRAGMATIK - GEGENSATZ ODER INTEGRATIONSMÖGLICHKEIT ?

Zum gängigen Alltag von Beraterinnen und Therapeutinnen gehört es, daß sie mit isolierten Auftragswünschen ihrer Klienten konfrontiert werden, hinter denen sich aber häufig eine komplexere und verdeckter angelegte Problematik von Beziehungsprozessen verbirgt.

So wird etwa aus der Annonce »meine Tochter ist so unruhig und aggressiv in der Schule, helfen Sie mir, daß sich das ändert!« schließlich eine Auseinandersetzung mit einer komplizierten Abhängigkeitssituation dieser Mutter von ihrem Vater, also eine drei Generationen umfassende Problematik. Nicht weniger selten werden Beraterinnen mit verdichteten katastrophalen Lebensgeschichten von ihren Klienten überschwemmt, die erdrückend wirken, ohne daß es überhaupt ein konkretes Pack-an für die therapeutische Bearbeitung zu geben scheint.

Mittlerweile haben viele Kolleginnen in der Beratungsarbeit die Erfahrung gemacht, wie hilfreich in solchen Fällen eine pragmatische Analyse des Kontextes und des

Auftrags ist, um überhaupt wieder handlungsfähig zu werden. Dabei bedienen sie sich in zunehmendem Maße systemtherapeutischer Techniken wie z. B. aktiver Strukturierung und zirkulärer Fragetechnik. Bei der Auseinandersetzung mit den dann aber nicht mehr weit entfernten lösungsorientierten und kurzzeittherapeutischen Konzepten werden rasch Vorbehalte deutlich. Kritisiert werden solche Ansätze als zu vordergründig pragmatisch und technizistisch, zu kühl, womöglich sogar manipulativ. Moniert wird, daß der Sinnbezug fast schon beliebig erscheint und der Klient mit seiner Situation sich nicht wirklich ernst genommen fühlt. Oft stehen lösungsorientierte systemische Ansätze auch in scharfem Kontrast zur eigenen therapeutischen Selbsterfahrung der Beraterinnen, bsw. einer Psychoanalyse.

Zweifel kommen auf: Enthalte ich meinen Klienten nicht etwas vor, wenn ich nicht mehr auf ihre Lebensgeschichte eingehe? Beraterinnen, die bereits mit einer gewissen Erfahrung und Routine mit einem sogenannten »reinen« systemischen Ansatz arbeiten, werden mitunter mit Erwartungen von Klienten konfrontiert, die aktuelle Probleme und Schwierigkeiten mit Kindheits Erfahrungen verbunden sehen wollen und d.h. auch enttäuscht reagieren, wenn dieser Bezug gar nicht hergestellt wird. Dabei spielen feste Stereotypen, die in unserer massenmedialen Wirklichkeit angeboten werden, eine Rolle: etwa, daß eine Psychotherapie weh tun muß, wenn sie helfen soll, die frühe Kindheit »aufgearbeitet« werden muß und dementsprechend Tränen fließen müssen.

Systemische Konzepte stellen dieser vermeintlichen Bereitschaft, sich einem schmerzhaften Bearbeitungsprozeß passiv zur verfü-

gung zu stellen, das Angebot gegenüber eigene Potentiale und Ressourcen bei sich zu entdecken, mit deren Hilfe konkrete, aktive Problembewältigung in die eigenen Hände genommen werden kann. Aber auch hierbei taucht die Schwierigkeit auf, daß die Ressourcensicht und die Anregung eines erweiterten Möglichkeitssinnes bei den Klienten nicht zu einem guten Zureden verkommt. Ohne daß Ideen und Anregungen der Beraterin das Selbstempfinden und Erleben des Klienten »passend« erreichen, bleiben viele Bemühungen an der Oberfläche. Wovon hängt es aber ab, ob die Beschreibung der Beraterin als passend erlebt wird?

Es geht um die Frage, in welcher Beziehung der Respekt vor der ganz individuellen und einzigartigen Lebens- und Erfahrungsgeschichte eines Menschen, eines Paares oder einer ganzen Familie zu einem Angebot steht, in einem ökonomisch vertretbaren Rahmen nützliche Anregungen zu einer befriedigenderen Lebensbewältigung seitens der Klienten gemeinsam zu entwickeln, die aktuell zu einer spürbaren Entlastung beitragen. Handelt es sich hier in der Tendenz um einen Gegensatz, etwa nach dem groben Raster: Wenn Respekt, dann lange, oft und intensiv, egal ob das zur Sysphusarbeit wird und das anhaltende schlechte Gewissen, das eigentliche »Gold« der Psychoanalyse vorenthalten zu haben, nicht beruhigt, bzw.: wenn pragmatisch nützlich, dann am besten die Vergangenheit hintenanstellen und sich auf das Hier und Jetzt konzentrieren?

Unabhängig davon, was uns dazu einfällt, die Klienten erwarten eine Integration. Wenn man den Ergebnissen der vergleichenden Psychotherapieforschung folgt, ergeben sich aus der Sicht der Klienten nach dem Abschluß einer Therapie drei Parameter, die mit einem anhaltenden Erfolg verbunden werden, und zwar unabhängig von der jeweiligen therapeuti-

schen Schulausrichtung der Therapeutin: Eine vertrauensvolle, als Unterstützung erlebte Beziehung zur Therapeutin;

eine Veränderung der bisherigen Sicht und Erlebnisweisen in bezug auf die Probleme, die zur Beratung und Therapie führten;

eine deutliche Handlungsrelevanz dieser veränderten Sichtweisen für die konkrete alltäglich Lebensbewältigung.

Das Konzept, das ich im folgenden allenfalls skizzenhaft vorstellen kann, ist im kollegialen Kontext der Lehrtherapeutinnen der Arbeitsgemeinschaft für psychoanalytisch-systemische Forschung und Therapie e.V. (APF) in Köln entwickelt worden. Psychoanalyse verstehen wir im Kern als Motivations- und konzentrieren uns dabei vor allem auf die Beiträge der Bindungstheorie, der Selbstpsychologie und der empirischen entwicklungspsychologischen Säuglingsforschung (vgl. Christ 1993). Die Integration dieser motivationspsychologischen Beiträge in ein Konzept systemischer lösungsorientierter Therapie ermöglicht, eine bewußte Gestaltung der Beziehungsebene zu den Klienten, die lebensgeschichtliche Bindungsmuster der Klienten berücksichtigt, im Erleben der Therapeutin auswertet und aktiv im Sinne einer unterstützenden Erfahrung umsetzt. Sie ermöglicht, die angebotenen Symptome bzw. Problemlagen und die damit verbundenen Sichtweisen in einen erweiterten Kontext aktueller Verhaltensmuster zu stellen, die selber zum Gegenstand gemeinsamer explorativer Bemühungen von Klient und Therapeutin werden, wobei deren überlebensstrategische Bedeutung in der persönlichen Geschichte in neuer Weise entdeckt und konstruiert wird. Sie ermöglicht das Finden und Erfinden gezielter Anregungen zur Entwicklung befriedigender Verhaltensweisen, verschütteter Ressourcen und Potentiale des Klienten auf eine Art und Weise, die oft selber direkte Entsprechungen zu interaktionellen affektiven

Abstimmungsprozessen in der frühen Kindheit aufweist. Zunächst möchte ich auf die Bedeutung der Motivationstheorie für den konstruktivistisch-systemischen Ansatz eingehen. Es folgt eine Skizzierung einiger Grundbegriffe der Bindungsdynamik und affektiven Selbststeuerung. Hinweise zur praktischen Umsetzung und Handhabung in der Beraterischen und therapeutischen Arbeit schließen meine Überlegungen ab.

2. DIE BEDEUTUNG DER MOTIVATIONSTHEORIE FÜR DEN KONSTRUKTIVISTISCH-SYSTEMISCHEN ANSATZ

Die Systemtheorie konkurriert nicht mit anderen Einzeltheorien, sondern ist insofern Metatheorie, als sie gegenstandsunabhängig die Erfassung von Relationen (Strukturen) und Musterbildung (Prozesse) in beliebigen, abgrenzbaren Beobachtungskontexten zum Ziel hat. Innerhalb der Systemtheorie hat in der vergangenen Dekade ein Paradigmawechsel stattgefunden, von der »Kybernetik erster« zur »Kybernetik zweiter Ordnung«. Die Kybernetik erster Ordnung ist Kontrolltheorie insofern, als ihr Gegenstand als triviale Maschine (von Foerster) konzipiert wird, ein rekonstruierbarer Regelkreis, dessen Output von einem Input außerhalb des Regelkreises determiniert wird. Input wirkt also kausal auf Output: es entsteht der Mythos der instruktiven Interaktion. Vor allem durch Forschungen im Bereich der Neurobiologie (Maturana 1985, 1987) verschob sich das Interesse von der Steuerung, d.h. auch von der Beherrschbarkeit, von Systemen zur Frage, wie sie sich selber steuern, reproduzieren und dynamisch selbst organisieren. Das Kontrollparadigma wurde aufgegeben. Der Beobachter und seine Interaktion mit dem beobachteten lebenden System wurde in die Theorie einbezogen, was zu Konzepten wie Rekursivität, Selbstreferenz und Konstruktivismus führte, zur Kybernetik zweiter Ordnung. Deren Kernthesen lauten u.a.: Aufgrund ihrer besonderen Organisationsform

sind Lebewesen autonom, d.h. ihr jeweiliger Zustand ist nicht durch Interaktion von außen zu determinieren, wenngleich natürliche Interaktion durchaus folgenreich für das Individuum ist. Dies ist das Konzept der nicht-trivialen Maschine. Individuen können daher nicht das Verhalten, Denken und Fühlen anderer Individuen bestimmen, sondern nur als Umwelt Zustandsveränderungen anregen. Da Individuen sich wechselseitig Umwelt sind, handelt es sich um einen Prozeß der Ko-Evolution von Verhalten, Affektstrukturierung und Bedeutungsgebung.

Da die Wahrnehmung und Beschreibung der Umwelt nicht ein objektives Abbild der Welt liefert, ist jede Erkenntnis streng durch die Struktur (und damit durch die Geschichte) des erkennenden Individuums determiniert. Information wird quasi nicht von außen »aufgenommen«, sondern in einem internen »Verrechnungsprozeß« konstruiert. Alles, was beschrieben wird, sind daher Konstruktionen der Beschreibenden. Soziale Wirklichkeit ist immer schon subjektiv konstruiert.

Für die therapeutische Arbeit heißt dies zum Beispiel: Eine kausale Erklärung für ein bestimmtes Verhalten gibt es nicht, ebenfalls keinen objektiven Beobachterstatus, aber auch keine Heilung durch eine Therapeutin. Es gibt stattdessen mehr oder weniger nützliche Anregungen. Entscheidend ist deren Paßform für das individuelle Erleben des Gegenüber.

Ein Handicap in der Art und Weise, wie der Konstruktivismus von systemischen Therapeuten in ihrer Arbeit praktisch umgesetzt wird, liegt u.E. in der Überbetonung kognitiver Aspekte und der Vernachlässigung der Affekt- und Motivationsdynamik. (Levold, 1993). Es ist einfach nicht ausreichend, Verhalten und Orientierung in erster Linie mit Informationsverarbeitung und Sichtweisen zu verknüpfen. Affekte übernehmen von

Beginn an zentrale Steuerungs- und Orientierungsfunktionen. Unser Handeln ist immer komplizierten affektiv-kognitiven Regulationen unterworfen.

Die bei Systemtherapeuten beliebte Rezeption soziologischer Systemtheorien, vor allem von Luhmann, sind in diesem Zusammenhang auch nicht gerade hilfreich. Nach seinem Modell bestehen soziale Systeme aus Kommunikationen und psychische Systeme aus Vorstellungen (Luhmann, 1984). Der Mensch als Person, die all die verschiedenen Erfahrungsbereiche in sich integrieren muß, kommt streng genommen als relevante Kategorie oder gar Bestandteil von sozialen Systemen gar nicht mehr vor. Für die Analyse vieler sozialer Systeme, mit denen uns ja nur funktionale Mitgliedschaften verbinden, mag das durchaus ergiebig sein, für die Erfassung familiärer Dynamik und therapeutischer Prozesse wohl eher nicht. Das von Maturana so deutlich vertretene Interesse an der Integrität des Organismus bleibt hier auf der Strecke.

Gefragt sind demnach motivationstheoretische Konzepte, die die affektive Konstruktion von Selbst- und Beziehungserleben transparent machen und zugleich mit einem übergreifenden systemischen Ansatz vereinbar bzw. anschlussfähig sind.

3. EINIGE GRUNDBEGRIFFE DER BINDUNGSDYNAMIK UND AFFEKTIVEN SELBSTSTEUERUNG

Die empirische Säuglingsforschung hat in der letzten Dekade mit neuartigen Forschungsmethoden und ausgeklügelter Technik mit dem Bild des Säuglings in der klassisch tiefenpsychologischen Sichtweise radikal aufgeräumt. An die Stelle eines in sich abgeschlossenen, fast autistischen Organismus, der passiv seinen Bedürfnissen ausgeliefert ist, sich vorzugsweise in unkonturierten symbiotischen Zuständen mit seiner Mutter erlebt und eine Fülle von archaischen Phantasien produziert ist der »kompetente Säugling« (Dornes, 1993) ge-

treten. Er kann von Geburt an Selbstorganisationsprozesse wahrnehmen. Selbst und Nicht-Selbst werden nicht verwechselt. Von Beginn an verfügt der Säugling über eine ausgezeichnete Realitätsprüfung ohne Verzerrung aus Abwehrgründen, da diese an die Fähigkeit zur Symbolbildung/Sprache gebunden ist. Er ist ständig auf der Suche nach sensorischer Stimulierung, zeigt deutliche Vorlieben und Abneigungen und verfügt über zu einem großen Teil genetisch determinierte Fähigkeiten, vielfältige soziale Erfahrungen miteinander zu verbinden (Stern, 1992).

Der Pionier auf diesem Weg war der Psychoanalytiker John Bowlby (Bowlby, 1975, 1976, 1983, 1982, 1988), der bereits in den Sechziger Jahren seine Bindungstheorie vor dem Hintergrund der Verhaltensforschung (Ethologie) systemtheoretisch anlegte und sie zum großen Mißfallen vieler seiner Analytikerkollegen vom metatheoretischen Ballast der Triebtheorie befreite. Die Bindungstheorie hat zum Gegenstand:

Die evolutiv entwickelte biologische Bereitschaft zur Bindung an relevante Individuen (Phylogenese);

die individuelle Realisierung von Bindung in Beziehungen und die daraus resultierenden Konsequenzen für den Lebenslauf des Individuums (Ontogenese) sowie

die individuelle Verarbeitung unterschiedlicher Bindungserfahrungen in den Konstruktionen von Selbst- und Weltvorstellungen sowie Erwartungen an Bindungspersonen und die soziale Umwelt. Letztere bezeichnet Bowlby als »innere Arbeitsmodelle«. Diese Konstruktionen finden also nicht ad hoc im luftleeren Raum statt. Sie werden aber auch nicht durch traumatische Ereignisse in der Kindheit determiniert, sondern resultieren aus der individuellen Interaktionsgeschichte, die selbst vielfältigen rekursiven Re-Konstruktionen unterliegt (Levold, Wedekind, Georgi, 1993).

Für Bowlby ist die Persönlichkeit eine »Struktur, die sich unaufhörlich entlang dem

einen oder anderen einer ganzen Reihe von möglichen und verborgenen Entwicklungswegen entfaltet. All diese Wege beginnen dicht beieinander, so daß ein Individuum anfänglich Zugang zu einer großen Zahl von Entwicklungswegen hat. Der einmal gewählte Weg hängt auf jeder Stufe ab von der Interaktion zwischen dem Organismus, wie er sich bis zu diesem Augenblick entwickelt hat, und der Umwelt, in der er sich in diesem Augenblick befindet« (Bowlby 1976, S. 415).

Lebensgeschichte als Re-Konstruktion unserer Bindungserfahrungen ist demnach immer eine aktuelle, dem momentanen Entwicklungsstand des »inneren Arbeitsmodells« entsprechende Neu-Schöpfung. Demgegenüber ist unser Lebenslauf als unendliche Abfolge von Ereignissen weder von uns noch von einem Beobachter rekonstruierbar.

Norbert Bischof (1985) hat das Modell von Bowlby wesentlich erweitert, indem er sich u.a. eingehend mit der komplizierten Wechselbeziehung zwischen Bindungsbedürfnis und Autonomieanspruch im Rahmen des Lebenszyklus auseinandersetzt. Der Autonomieanspruch, d.h. der Wunsch, das eigene Selbst nicht nur in Abgrenzung zur Umwelt zu erhalten, sondern zu erweitern, ist dabei ebenso genetisch angelegt wie das Bindungsbedürfnis. Die systematische Frustrierung von Bindungsbedürfnissen kann die Entwicklung von Autonomie nachhaltig beeinträchtigen. Autonomie und Bindung müssen sozusagen auf dem jeweiligen Entwicklungsstand immer neu ausbalanciert werden. Familiendynamik läßt sich unter diesem Gesichtspunkt als Interaktion von emotional gebundenen Personen in unterschiedlichen Stadien des Lebenszyklus mit jeweils unterschiedlichen Bindungserfahrungen, Selbst- und Weltvorstellungen sowie Beziehungserwartungen verstehen. Bischof differenziert entsprechend die Qualität von Bindungen und unterscheidet zwischen: primärer Vertrautheit, die die Bindungs-

wünsche und das Bindungsverhalten des Kindes in Bezug auf die primären Bezugspersonen umfaßt; sekundärer Vertrautheit, in der sich erwachsene Sexualpartner in einer tendenziell widersprüchlichen und labilen Mischung aus Erregungs- und Sicherheitswünschen, aufregender Fremdheit und vertrauter Geborgenheit, begegnen; tertiärer Vertrautheit, mit der die Bindung der Erwachsenen an ihre Kinder und das damit verbundene Fürsorge- und Zuwendungsverhalten gemeint ist.

In der Beziehung zwischen Kindern und Eltern kommt es zur Herausbildung spezifischer Bindungsmuster, welche die Bindungsforschung experimentell, z.T. in Langzeituntersuchungen, erforscht hat (Großmann u. Großmann 1995).

Bindungsverhalten dient der Erreichung optimaler Sicherheit in einer gegebenen Umwelt. Symptomatisches oder aggressives Verhalten in einer u.U. extrem streßreichen Lebens- und Beziehungslage kann als ein im Kern funktionaler (Bowlby 1988, S.79) Versuch verstanden werden, beängstigende oder traumatisierende Ereignisse und gefährdete Beziehungen unter Kontrolle zu bekommen und daraus Sicherheit zu beziehen. Daraus können sich bei chronischer Überforderung chronische Kontrollreaktionen entwickeln, die nur noch auf eine Begrenzung der Alarm- und Angststimmung abzielen, nicht mehr auf eine Bereinigung der Situation selber. Sie können sich abgekoppelt von der Auslösesituation verselbstständigen und sind sowohl für den Akteur als auch seine späteren Interaktionspartner mehr oder weniger unverständlich.

Zum Beispiel erlebte eine junge Frau die permanenten Anrufe ihrer Mutter, deren besorgte Nachfragen und Nötigungen zu häufigen Besuchen als einengende Kontrolle. Es handelte sich aber vielmehr um ein verselbständigtes Sicherheits- und Selbstbeschwichtigungsritual, das die

Mutter nach dem Verlust von zwei Brüdern in ihrer Ursprungsfamilie und nach dem Unfalltod zweier Töchter in einer Art chronischer Trauer entwickelt hatte. Aber auch bei diesen Zuspitzungen zeigt sich, daß die für einen Menschen charakteristischen Bindungs-, Verhaltens- und Beziehungsmuster immer die Qualität von Überlebensstrategien haben. Allein schon die Tatsache, daß das Individuum noch existiert und lebendig ist, qualifiziert diese Muster als Ressourcen. Sie und das damit verbundene Arbeitsmodell haben aber mit ihrem eingeschliffenen redundanten Charakter weitgehend unwillkürliche Qualität, d.h. sie sind dem bewußten Zugriff entzogen. Sie sind aber wesentlicher Bestandteil der affektiven Konstruktion unserer Lebensgeschichte.

Die empirische Säuglingsforschung, und hier besonders die von psychoanalytisch orientierten Entwicklungspsychologen wie Daniel Stern (1992), hat das Konzept des Arbeitsmodells nicht nur belegt, sondern noch wesentlich differenziert und ausgeweitet.

Ich greife hier nur einen zentralen Begriff heraus, sein Verständnis von den »Vitalitätsaffekten«. Der Säugling verfügt über eine angeborene amodale Wahrnehmung, d.h. eine in einer bestimmten Sinnesmodalität (auditiv, visuell, taktil, haptisch, olfaktorisch) aufgenommene Information kann in eine andere Sinnesmodalität übersetzt werden. Dies erlaubt die Verknüpfung verschiedener Eindrücke und ihre Begleitung durch ein charakteristisches subjektives Erleben. Stern unterscheidet nun von den artspezifisch angeborenen diskreten Affekten wie Freude, Trauer, Furcht, Zorn, Ekel, Überraschung, Interesse und Scham die Vitalitätsaffekte, die nicht einen spezifischen Gefühlsinhalt ausdrücken, sondern die Art des Fühlens. Gemeint sind Aktivierungskonturen wie »explosionsartig, aufwallend, verblissend«. Das gemeinsame Erleben affektiver Zustände ist während der ersten Zeit der intersubjektiven Bezogenheit zwischen

Säugling und Mutter von herausragender Bedeutung. Die Affekt Abstimmung ist ein ununterbrochener Prozeß, der bei jedem Verhalten funktioniert, also nicht nur beim Ausdruck diskreter Affekte. »Und darin liegt einer der großen Vorteile der Vitalitätsaffekte. Sie manifestieren sich im gesamten Verhalten und bieten sich fast ununterbrochen zur Abstimmung an. Entscheidend für die Vitalitätsaffekte ist nicht, welche Verhaltensweise gezeigt wird, sondern wie eine Verhaltensweise, wie das gesamte Verhalten überhaupt Ausdruck findet.... Die Vitalität ist für Abstimmungen ideal geeignet, weil sie aus amodalen Qualitäten, Intensität und Zeit, besteht, nahezu jedem Verhalten innewohnt und sich somit ununterbrochen ... zur Abstimmung anbietet. Abstimmungen können sich an der Qualität des Gefühls orientieren mit dem ein Säugling nach einem Spielzeug greift, ein Bauklötzchen festhält, mit dem Fuß stößt oder einem Geräusch lauscht. Indem wir uns mit Hilfe der Vitalitätsaffekte aneinander orientieren und aufeinander abstimmen, können wir mit einem anderen Menschen »zusammensein«, das heißt eine Basis entwickeln, auf der wir innerliche Erfahrungen nahezu kontinuierlich miteinander teilen. Auf diese Weise entsteht das Gefühl der Verbundenheit, das Gefühl, aufeinander abgestimmt zu sein, das uns wie eine ununterbrochene Linie erscheint. Es orientiert sich an der Aktivierungskontur, die sich in jeder Sekunde im gesamten Verhalten abzeichnet, und benutzt diese Kontur, um den Faden des gemeinschaftlichen Erlebens nicht abreißen zu lassen.« (Stern 1992, S.224).

Die Grundeinheiten des Gedächtnisses des Säuglings sind diese Episoden, für die er Durchschnittserwartungen und präverbale Repräsentationen entwickelt. Das Arbeitsmodell des Selbst und der relevanten Umwelt faßt eine Vielzahl solcher Interaktionen zu einer umfassenden Repräsentation eines Repertoires zusammen. Hier liegt der Beginn der Geschichtlichkeit des Selbst.

4. ÜBERLEGUNGEN ZUR PRAKTISCHEN UMSETZUNG IN DER THERAPEUTISCHEN ARBEIT

Ich möchte die eingangs erwähnten drei Erfolgsparameter für eine gelungene Therapie aus Sicht der Klienten wieder aufgreifen und an ihnen die mögliche praktische Relevanz unserer Überlegungen thesenartig erläutern: Beziehung, Problemverständnis, Bewältigungs- oder Copingstrategien.

Ausgangspunkt für das Abstimmungsverhalten in der Therapie ist das aktuelle Muster, in dem sich der Klient in der Beziehung zur Therapeutin bewegt und das er damit anbietet.

Eine sorgfältige Auswertung dieses Musters im Erleben der eigenen Gegenübertragung der Therapeutin ist unverzichtbar. Sie sollte allerdings nicht in einer Art geheimen Expertenwissens deutend aufdeckend eingesetzt werden. Unterstützend und dem Aufbau einer guten Arbeitsbeziehung förderlich ist vielmehr die Kompetenzregel. Sie besagt: Der Klient hat und behält uneingeschränkt die volle Kompetenz für sein Erleben von den positiven oder auch negativen Auswirkungen der gemeinsamen Arbeit. Statt nach der ganz besonderen Deutung zu suchen, empfiehlt es sich angesichts von Verunsicherung, Verwirrung oder Blockade seitens der Therapeutin, den Klienten eher wie eine Art Kotherapeuten in das eigene Dilemma miteinzubeziehen und sich von ihm Orientierung für das weitere Vorgehen zu holen. Diese Regel ist mit einer zweiten verbunden, der Transparenzregel. Die Therapeutin sollte in der Lage sein, ihre Ideen und ihre Strategie Schritt für Schritt zu erklären. Bei Unsicherheiten und Fragen kann sie sich selbst als eine Art »Reflecting Team« darstellen (»eine Seite von mir sagt ganz drängend: Wir sollten unbedingt Ihre Mutter zum nächsten Gespräch einladen; die andere Seite ist dagegen eher vorsichtig und hält ein solches Gespräch derzeit für verfrüht und noch zu belastend. Ich kann mich da selber schlecht entscheiden. Was

meinen Sie?«). Eine solche Beziehungsgestaltung ist bewußt nicht regressionsfördernd, sondern stärkt von Anfang an das Autonomie- und Kompetenzgefühl des Klienten. Sie ist zugleich ein lösungsorientiertes Modell für interaktionelle Affektabstimmung.

Das vom Klienten angebotene Beziehungsmuster hat in der Regel eine Verbindung zu dem Problemzustand, der den Anlaß für die Beratung bildet. Zumeist muß er hinter der ersten Annonce als eine Art unwillkürlich erlebter »Gewohnheitswirklichkeit« (Schmidt, Bernd) herausgearbeitet werden. Es ist das, was den einzelnen an sich, seiner Lebensführung etc. oder das Paar an seiner Beziehung wirklich stört. Beim Herausarbeiten hilft das oben beschriebene Übertragungsmuster. Die therapeutische Aufgabe besteht im wesentlichen darin, den Fokus auf dieses zentrale aktuelle Muster zu richten und dem Klienten zu helfen einen willkürlichen Zugang zu finden. Gelingt es der Therapeutin, die Neugier des Klienten dafür zu wecken, kommt es zu einer gemeinsamen Explorationsarbeit. Der Klient wird ermutigt die genauen Abläufe und Bedingungen rund um das Muster herum genau in seinem Alltag zu beobachten, Ausnahmen zu entdecken usw..

Beispiel: Ein Klient, der sehr mit seiner Entschlußlosigkeit, seiner indirekten, vorsichtigen und z. T. uneindeutigen Art der Beziehungsgestaltung haderte, »entdeckte« im Laufe der Therapie, daß gerade diese Verhaltensstrategie ihm als kleinem Jungen in der Beziehung zu seiner häufig depressiv verstimmtten Mutter geholfen hatte. Sie ermöglichte, die Mutter nicht mit seinen eigenen vitalen Impulsen zu überfordern und gleichzeitig einen Abstand zu halten. Ich ermutigte ihn, in seinen aktuellen Beziehungen die Situationen genau zu beobachten, in denen er sich zurücknimmt und Abstand hält. Anschließend kann er mit mir die Belastbarkeit dieser aktuellen Beziehung zur Partnerin, zu Arbeitskollegen etc. auswerten und überprüfen.

Vor dem Hintergrund einer gemeinsamen Auswertung und Analyse des Genogrammes der Ursprungsfamilie des Klienten, ist es für die Therapeutin möglich, das relevante Problemmuster als eine lebensgeschichtliche Überlebensstrategie positiv anzuerkennen, ohne die gegenwärtigen »Preise« zu verschweigen, die das Muster in nicht passenden Kontexten fordert, aber auch ohne die damit erlangten Ressourcen, z. B. Beharrlichkeit, Leidensfähigkeit, Zähigkeit, etc. zu unterschlagen. Wohlgermerkt: Die Analyse muß für die Therapeutin selbst erst einmal stimmig sein, das systemische Reframing und die positive Konnotation ist so gesehen eine »Einfühlungsregel« (Fürstenau).

Jetzt eröffnet sich ein Feld für vorsichtige Experimente im Hinblick auf Modifizierungen des Musters. »Das impliziert allererst die ausdrückliche Einstellung des Patienten auf die mit seiner Lebenssituation einschließlich seines Beziehungsnetzes verbundenen aktuellen Aufgaben der Lebensmeisterung. In vielen Fällen bedarf es der Ermunterung, sich mit diesen Aufgaben in persönlicher, individueller Form überhaupt auseinanderzusetzen. In diesem Zusammenhang ist die Schärfung der Wahrnehmung möglicher Lösungen ein weiterer Schritt in dem Sinne, daß der Patient zum konkreten Ausphantasieren seiner persönlichen Lösung samt ihrer interpersonalen und verhaltensmäßigen Konsequenzen angeregt wird« (Fürstenau 1992, S.86).

Damit ist die Entwicklung eines Zielzustandes angesprochen und die Entwicklung geeigneter Copingstrategien. Hier ergibt sich für die therapeutische Arbeit eine genaue Umkehrung der Aufgabe. Es geht darum, den Klienten darin zu unterstützen, seinen willkürlich angepeilten Zielzustand, seine konkreten Wünsche für eine befriedigendere Lebens- und Beziehungsgestaltung sinnlich erreichbar und praktisch handhabbar werden zu lassen, d.h. letztlich sie unwillkürlich zu verankern. Hierbei kommt der

Identifizierung der Ressourcen und ihrer suggestiven Verstärkung eine große Bedeutung zu. Wohlgermerkt, jede Fremdsuggestion wirkt nur als Autosuggestion (siehe Maturana). Neuere Hypnotherapeutische Ansätze Ericksonischer Prägung (vgl. Gilligan 1995), die sich an der Selbststeuerung des Klienten in der Hin und Herbewegung zwischen willkürlich-bewußtem und unwillkürlich-intuitivem Erleben orientieren, können wertvolle Anstöße geben.

Wenn es darum geht, mögliche Lösungen so sinnlich wie möglich zu konstruieren, stoßen wir wieder auf die oben angesprochenen Vitalitätsaffekte. Sie markieren die Rückkopplung im Körpererleben, der Atmung, der Produktion innerer Bilder, Geräusche und Geruchsvorstellungen. Und sie zeigen sich in der affektiven Abstimmung zwischen Therapeutin und Klient während dieser Arbeit.

Eine solche Vorgehensweise darf den systemischen Kontext, nicht zuletzt die möglichen Auswirkungen der angepeilten Lösungsphantasien nicht aus dem Blick verlieren. Ein Zusammenspiel von sicherheitspendender Entlastung und kompetenzverstärkender Ermutigung und Anregung kann z. B. beinhalten, daß Gründe herausgearbeitet werden, die eine Dosierung oder sogar heimlichen Umgang mit den eigenen Ressourcen erforderlich machen. Das Verhalten und Erleben des Klienten wird dabei von der Therapeutin als Abfolge schwieriger Entscheidungssituationen ausgewertet, die sie, orientiert am Tempo des Klienten begleitet. In der Übertragungssituation ergibt sich eine Entlastung für den Klienten, eine Erlaubnis und Unterstützung für Probanden ohne neuen Druck seitens der Therapeutin. Damit vermittelt sie dem Klienten eine neue Bindungserfahrung.

Vielleicht können die vorgestellten Überlegungen dazu beitragen, sinnmachende lebensgeschichtliche Aufklärung und lösungsorientierte Pragmatik nicht mehr als Gegensätze erscheinen zu lassen.

Gekürzte Fassung eines Vortrages zum 30jährigen Bestehen der katholischen Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Aachen am 8.11.95.

Literatur

BISCHOF, NORBERT (1985): Das Rätsel Ödipus.- Die biologischen Wurzeln des Urkonfliktes von Intimität und Autonomie, München (Piper)

BOWLBY, JOHN (1975): Bindung - Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung, München (Kindler)

DERS. (1976): Trennung - Psychische Schäden als Folge der Trennung von Mutter und Kind, München (Kindler)

DERS. (1983): Verlust, Trauer und Depression, Frankfurt (Fischer)

DERS. (1982): Das Glück und die Trauer - Herstellung und Lösung affektiver Bindungen, Stuttgart (Klett)

DERS. (1988): A Secure Base - Clinical Applications of Attachment Theory, London (Tavistock/Routledge)

CHRIST, HANS (1993): Individuelle Entwicklung und Familie - Die Bedeutung früher Bindungsmuster für die Entwicklung epistemischer Systeme, in: Kontext Nr. 23, S. 48 - 59

DORNES, MARTIN (1993): Der kompetente Säugling - Die präverbale Entwicklung des Menschen, Frankfurt (Fischer)

FÜRSTENAU, PETER (1992): Entwicklungsförderung durch Therapie - Grundlagen psychoanalytisch-systemischer Psychotherapie, München (Pfeiffer)

GILLIGAN, STEPHEN G. (1995): Therapeutische Trance - Das Prinzip Kooperation in der Ericksonischen Hypnotherapie, Heidelberg (Carl-Auer)

GROßMANN, KLAUS U. GROßMANN, KARIN (1995): Frühkindliche Bindung und Entwicklung individueller Psychodynamik über den Lebenslauf. In: Familiendynamik 20 (2), S. 171 - 192

LEVOLD, TOM (1993): Systemische Therapie zwischen Konstruktivismus und Inquisition, in: Kontext Nr. 23, S. 26 - 35

DERS., WEDEKIND, ERHARD, GEORGI, HANS (1993): Gewalt in Familien - Systemdynamik und therapeutische Perspektiven. Familiendynamik 18 (3), S. 287 - 311

LUHMANN, NIKLAS (1984): Soziale Systeme - Grundriß einer allgemeinen Theorie, Frankfurt (Suhrkamp)

MATURANA, HUMBERTO R. (1985): Erkennen: Die Organisation und Verkörperung von Wirklichkeit, Braunschweig (Vieweg)

DERS. U. VARELA, FRANCISCO (1987): Der Baum der Erkenntnis - Wie wir die Welt durch unsere Wahrnehmung erschaffen - Die biologischen Wurzeln des menschlichen Erkennens, Bern (Scherz)

STERN, DANIEL (1992): Die Lebenserfahrung des Säuglings, Stuttgart (Klett)

Der Psychoanalytiker als Grenzgänger

Oder: Was heißt psychoanalytische Arbeit im sozialen Feld?

Franz Wellendorf

Zusammenfassung

Viele Psychoanalytikerinnen und Psychoanalytiker engagieren sich neben ihrer klinischen Praxis im »sozialen Feld« als Supervisoren, Berater oder Mitarbeiter in präventiven Projekten. Darin drückt sich die Überzeugung aus, die Psychoanalyse könne zu einem vertieften Verständnis der Arbeit und der mit ihr einhergehenden Konflikte beitragen und kreative Lösungen finden helfen. Aus dem vertrauten Arbeitsfeld der psychoanalytischen Situation herauszutreten und sich auf neue

und ganz andere Aufgaben im komplexen Netzwerk sozialer Gruppen und Institutionen einzulassen, ist eine reizvolle Herausforderung. Sie bietet eine doppelte Chance: In der Kooperation mit anderen Wissenschaften wie der Pädagogik und Sozialpädagogik, der Psychologie oder der Medizin kann die psychoanalytische Untersuchung unbewußter und bewußter Prozesse und Zusammenhänge zu einer Vertiefung und Erweiterung des Verständnisses der sozialen Realität beitragen. Zugleich aber dürfte die Arbeit im »so-